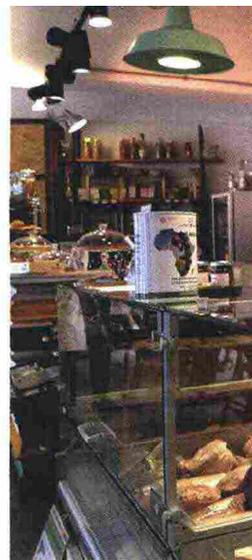
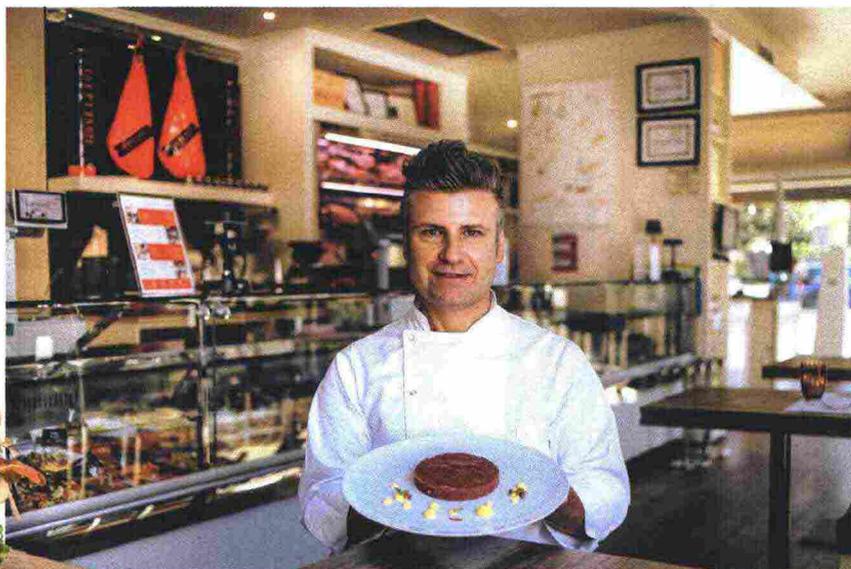


Sotto il Fud Eg Hamburger, una delle specialità della bottega sicula; a destra, Alessandro Lanzani mostra la tartare del suo bistro.

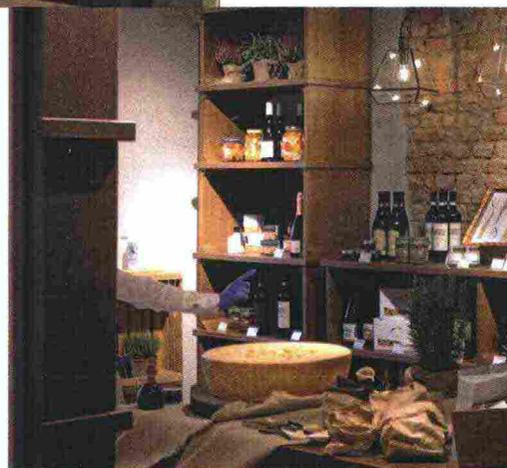


7/LIFESTYLE

# La spesa è un'esperienza **TUTTA DA GUSTARE**

Le moderne botteghe di quartiere sono alla ribalta e gli acquisti diventano un piacere slow ed ecofriendly, per occhi e palato. Tra prodotti super selezionati, social table per l'aperitivo e tanto design

di Annalisa Piersigilli



## ARTISTI DEL VEGETARIANO, a Padova e Milano

È più di una gastronomia. Qui ci sono piatti pronti e prodotti vegetariani per ogni esigenza. Basta chiedere e troverai il tuo menu ideale, fit ed equilibrato, se sei una sportiva, segui una particolare dieta o un'alimentazione veg o gluten free. Sei di fretta? Puoi mangiare sul posto, ma anche fare la spesa e cuocere a casa. Il format è di Cristina Biollo, chef che ha scritto anche due libri di cucina e partecipato alla Prova del cuoco. In dieci anni il locale si è evoluto da un banco di frutta e verdura al mercato a un negozio di crudités sotto il Palazzo della Ragione, poi una gastronomia e, l'ultimo nato, un laboratorio del mangiar sano, a Milano in zona Brera.

**Da provare** Il pane proteico con la fari-

na di legumi sfornato al mattino, i burger vegetali, la torta di pere e il banana bread ([artistidelvegetariano.com](http://artistidelvegetariano.com)).

## AUTENTICO, a Milano

Immagina di prendere in mano un barattolo di giardiniera, assaggiare un crostino con alici di Cetara o con un culatello che ti rapisce con il suo gusto. In questa nuova boutique milanese di esperienze enogastronomiche, puoi provare prodotti di eccellenza, ma anche partire alla scoperta dei luoghi e delle aziende agricole che li producono. È il tour operator Only4u a studiare gli itinerari su misura per te.

**Da provare** Su [autenticomilano.it](http://autenticomilano.it) puoi prenotare tre tipi di degustazione e, mentre assaggi le pietanze, inizi a immaginare il tuo prossimo viaggio.

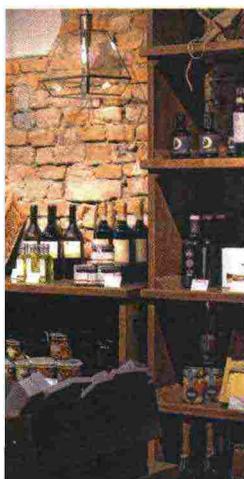
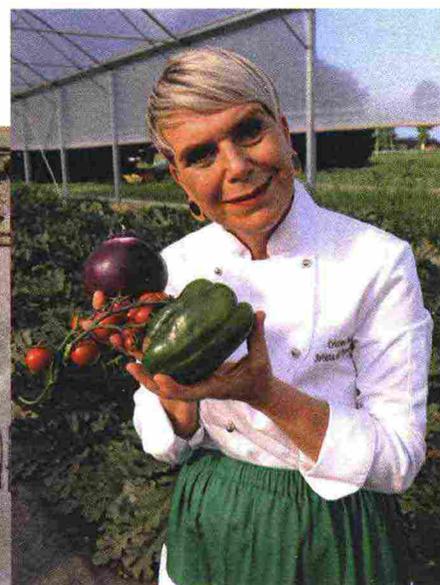
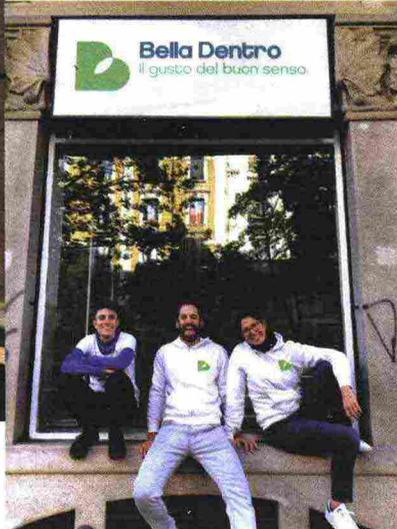
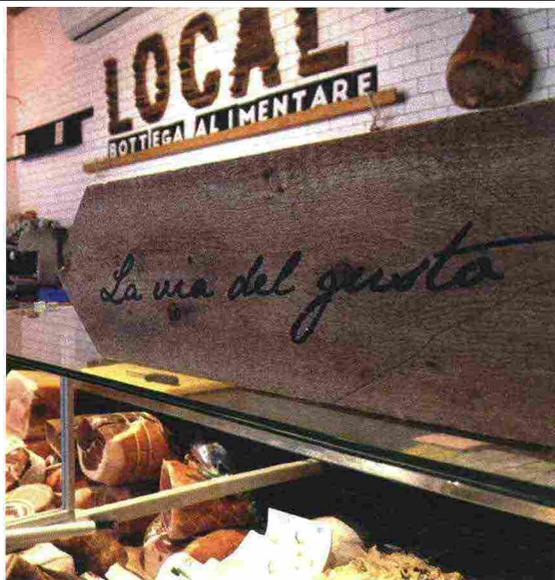
## LOCAL BRA, a Bra (Cn)

Questa bottega dove fare la spesa quotidiana non nasce in un posto a caso e quando la scopri è come andare a scuola di eccellenze del territorio. Dietro il bancone, infatti, ti attendono gli ex studenti dell'Università di Scienze gastronomiche di Pollenzo (Cn), per raccontarti la storia di ogni prodotto, che hanno selezionato, assaggiato, studiato a pochi chilometri dalla bottega.

**Da provare** La linea skincare realizzata con bucce e semi scartati dalle mele piemontesi, la mortadella del salumificio Fenoglio di Villabella di Mondovì ([bottegalocal.org](http://bottegalocal.org)).

## PIZZICAROLA, a Roma

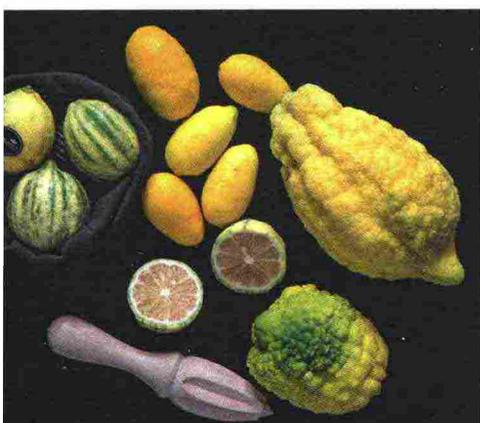
Ogni settimana ti sembra di entrare in un posto diverso, perché questa bottega



A sinistra, il bancone gourmet della boutique gastronomica Autentico; in alto, alcuni prodotti di Local Bra, selezionati dagli ex allievi della facoltà di Scienze Gastronomiche di Pollenzo. A destra, il team antispreco di Bella Dentro, che salva la verdura brutta ma buona; più a destra, Cristina Biollo, cuoca di Artisti del vegetariano.

### TUTTI GLI AGRUMI DEL MONDO

Li trovi a Parigi dall'Agumiste. In questo negozio, che è talmente bello da sembrare una boutique, acquisti arance di ogni tipo, limoni e pompelmi, ma anche gli introvabili yuzu, il caviale limone e la combava. E la cosa bella è che c'è lo chef specializzato che prepara dolci, pralines, oli aromatizzati e scorzette candite (@lagumiste).



può cambiare faccia, grazie alle griglie appese alle pareti che si spostano per esporre sempre prodotti diversi. D'altronde l'arredamento è stato studiato ad hoc dallo studio Supervoid Architects, e si nota subito che c'è quel quid in più. Colpisce lo sguardo anche il grande tavolo centrale, che invita a fermarsi per fare degli assaggi di pane, formaggi, salumi o gustare un aperitivo in compagnia, prima di fare acquisti gourmet. **Da provare** I formaggi, la linea di fermentati di Carlo Nessler e le focacce (pizzi-carola.it).

### FUD BOTTEGA SICULA, a Catania, Palermo e Milano

Fai la spesa di eccellenze siciliane e, poi, ti fermi a mangiare un panino o un tagliere sfizioso. Basta scegliere dal ricco banco di gastronomia, salumi e formaggi, come la provola delle Madonie o il prosciutto crudo nero dei Nebrodi. Sulle lavagne, sparse per il locale, leggi i nomi e la storia dei prodotti di punta. Mentre alle pareti, in bella mostra e disponibili per l'acquisto, c'è la vasta collezione di paté, pesti, salse, composte e gelatine made in Fud, confezionate in collaborazione con produttori siciliani di fiducia. **Da provare** Lo Smoched, un panino con mozzarella di bufala affumicata, coppa di suino nero dei Nebrodi, melanzane grigliate, pomodori secchi Fud e cipolla di Giarratana in agrodolce (fud.it).

### LANZANI BOTTEGA & BISTROT, a Brescia

Entri la mattina presto e puoi fare acquisti al banco della storica macelleria, mentre sorseggi il primo caffè della giornata. Ma puoi anche fermarti a pranzo o per l'aperitivo e tornare a casa con la borsa della spesa. Questa bottega apre alle sette e chiude a mezzanotte, con il format polivalente voluto dal proprietario Alessandro, moderno droghiere e nipote di Ercole che negli anni Quaranta ha aperto il locale ai piedi del Parco delle Colline di Sant'Anna. **Da provare** Al banco dei freschi, la robiola bresciana e la formagella di Collio, con cui farciscono anche il loro ottimo toast (gastronomialanzani.it).

### BELLA DENTRO, a Milano

Non è il solito verduriere. Qui uno staff di giovani, proprio come i due fondatori Camilla e Luca classe 1988, ti racconta la storia di ogni broccolo, ravanella o arancia salvata. Il loro mantra è abbasso gli sprechi, ecco perché nelle cassette in legno trovi prodotti della terra ottimi, ma scartati dalla grande distribuzione solo perché non rispecchiano i classici canoni estetici. Anche i tavoli del locale sono in plastica riciclata. **Da provare** Dalle chips di pomodori ai carciofi o la zucca, gli essiccati sono perfetti per un risotto o per farcire un panino speciale (belladentro.org).

©RIPRODUZIONE RISERVATA